

ÅRSBERÄTTELSE

2024

HELSINGFORS SVENSKA
MARTHAFÖRENING



Besök på Strömsö i samband med Marthaförbundets årsmöte i Vasa.



Afterwork-kvällarna bjöd på kunskap och gemenskap, här Christina Haglund och Nina Henriksen.



Ordförande Annika Linder Airava och styrelsemedlemmarna Nina Tallberg och Lotta Perander.



Alexandra Ohls och Lina Simons på marthabrunch.



Téstasting under ledning av tésommelier Annika Knekt på retreaten i Labbås.



På trädgårdskvällen i Brunakärr koloniträdgård fick deltagarna besöka Lisbeth Hänninens trädgård och stuga, en av de äldsta på området.

vardagskunskap, hållbarhet och gemenskap



Trädgårdskväll i Brunakärr i maj 2024.

Helsingfors svenska Marthaförening 2024

I den här årsberättelsen blickar vi tillbaka på året som gått. Om du vill veta mera om vad som är aktuellt just nu kan du gå in på vår hemsida helsingforsmartha.fi. Kontakta oss gärna om du har frågor!

Vi är en medlemsorganisation inom Finlands svenska Marthaförbund, som är vår takorganisation. Marthaförbundet ger ut medlemstidningen Martha fem gånger om året och arrangerar evenemang runt om i Svenskfinland. Helsingfors svenska Marthaförening organiserar program för både marthor och allmänheten lokalt i Helsingfors. Vi har två utrymmen, Hemvrån på Simonsgatan 12 och undervisningsköket Kokvrån på Stora Robertsgatan 43.

Föreningens verksamhetsledare och informatör finns i kansliet på Simonsgatan 12 A 5 måndag till onsdag. Vi besvarar även dina frågor per telefon och e-post på torsdagar och fredagar.

Välkommen att delta i Marthaverksamheten!



Nikoline Stenman-Möller och Titti Myhrberg på afterwork

Helsingfors svenska Marthaförening r.f. är en allmännyttig organisation som riktar sig till personer i alla åldrar i Helsingfors med omnejd. Föreningen har över 1040 medlemmar och är en av Marthaförbundets 164 medlemsföreningar. Som medlem i föreningen kan föreningens styrelse anta fysiska personer som vill främja föreningens syfte.

Genom vår verksamhet sprider vi vardagskunskap, inspirerar till hållbarhet och främjar gemenskap för våra målgrupper; medlemmar och allmänheten.

Marthaåret 2024

en återblick

År 2024, ett år präglad av osäkerhet, fortsatte vi att fokusera på beredskapsfrågor. Våra lågtröskeevenemang, så som afterwork och medlemsfika, blev populära, och Helsingforsmarthorna ordnade program som tangerade både cirkulärt tänkande, hållbara alternativ inom floristik och matminnen.

Styrelsen höll på hösten en inspirationsdag i samarbete med SFV och fick ta del av forskning kring förtroendeuppdrag inom tredje sektorn. En av de viktigaste slutsatserna var att den vanligaste orsaken till att man inte ställer upp som aktiv i en förening är att ingen har frågat. Detta gav oss hopp mitt i allt tal om att ingen har tid eller lust att engagera sig. Samtidigt funderar vi på Helsingforsmarthorna ständigt på hur vi kan vara ett alternativ för våra medlemmar i en hektisk värld. I en tid som känns ny på många sätt och där världen, som tidigare varit fredlig, nu känns mer osäker och otrygg.

Hur ska vi fortsätta att få medlemmarna att delta i våra evenemang? Vad är det våra medlemmar vill göra? Föreningen har en vilja att släcka en kunskapstörst kring vardagskunskap, samtidigt som det inte ska bli alltför prestationsinriktat. Helsingforsmarthorna vill vara en del av en motrörelse mot det hetsiga, individfokuserade samhälle vi lever i. Därför ville vi lyfta fram det medmänskliga på vår traditionella marthabrunch. Det var en ära och stor glädje att Jeanette Björkqvist och Hilka Olkinuora närvarade vid brunchen och förde ett samtal om medmänsklighet, viljan att hjälpa och att bry sig om människor runt omkring sig.

En återkommande diskussion under 2024 var också beredskap och balansen mellan att dela kunskap och att inte skrämman upp människor. Beredskap likställs ofta med krig, men beredskap handlar om så mycket mer. Det handlar om att ha kunskap och en viss framförhållning inför alla slags kriser som kan uppstå i vardagen.

Föreningen valde också under 2024 att gå med som medlem i Kvinnornas beredskapsförbunds Helsingforsdelegation. Genom delegationen får vi aktuell information och kan även vara med och påverka så att vi får beredskapskurser och information på svenska. Föreningen har också under 2024 höjt verksamhetsledarens arbetstid till 100 %, och medlemsantalet har krossat 1 040-strecket, vilket vi är glada över!

*Vi bidrar till en bättre värld genom
att främja balans i vardagen och
hållbar utveckling - såväl ekonomisk,
ekologisk och social.*

Vi har en mångfald av härliga medlemmar och vi vill försöka möta medlemmarnas behov oberoende av ålder. Helsingforsmartha vill vara ett hållbart och tryggt alternativ mitt i Helsingfors. Kretsarna, som är en del av föreningens verksamhet, har återigen haft ett mångsidigt år. En ny krets har också grundats, Öns marthor. En del har haft utmaningar med att få träffarna att bli av och en viktig uppgift för föreningen är att stöda kretsarna i deras verksamhet.

Den gemensamma måltiden och matminnen har också varit ett tema under år 2024 och föreningen kunde köra igång med seniorlunchen i samarbete med HelsingforsMissionen. Seniorlunch ordnas en gång i månaden och fokuserar på husmanskost från förr. Berättelserna kring matminnen blev det även då vi hade Thomas Lundin på besök i Hemvrån. Vi vill utmana alla medlemmar att skriva ner sina egna favoritrecept, en gärning för framtiden.

Året avslutades med julbasaren som alltså nu blivit en tradition. Julbasaren ger både en möjlighet för föreningen att göra något som känns meningsfullt och hopp om att vi är många här i världen som är beredda att arbeta för en lite bättre, lite medmänskligare värld. En värld där vi bryr oss om varandra och där vi ger av vår tid. Tack till alla kretsar och enskilda medlemmar som bidrog till att julbasaren blev av!

Dags att kavla upp ärmarna och fortsätta arbeta för en lite bättre, hållbarare värld, där vi bryr oss om varandra!

Tack för att du är martha!

Helsingfors
23.1.2025



Maria Rajalin
verksamhetsledare



Annika Linder Airava
ordförande

VERKSAMHETSÅRET 2024

ÅRSMÖTE

På årsmötet återvaldes Annika Linder Airava till föreningens ordförande för perioden 2024–2025. Styrelsen återvaldes i sin helhet med en ny ersättare, Hannele Paulig, som invaldes då Carita Jansson önskat avgå mitt i sin mandatperiod. Monica Wikberg valdes in som ny ordinarie styrelsemedlem och årsmötet bestämde att ersättarnas antal sänks till 6 stycken. Valberedning inför nästa årsmöte utsåg och består av Nina Grandell, Yvonne Nylund-Fagerstedt och Kajsa Rytikoski. Katja Salojärvi och Nina Fabricius valdes till föreningens ombud för Marthaförbundets årsmöte.

STYRELSEN 2024

Styrelsen höll sitt konstituerande möte 29 februari. Till första vice ordförande valdes Nina Tallberg och som andra vice ordförande valdes Elisabeth Stenman-Haltia. Föreningens verksamhetsledare Maria Rajalin utsågs till styrelsens sekreterare och kassör. Under verksamhetsåret sammanträdde styrelsen sju gånger samt höll en inspirationsdag tillsammans med Svenska Folkskolans Vänners (SFV) föreningsexpert Malin Ström i oktober 2024.

Styrelsen består av sju ordinarie medlemmar och sex ersättare. Nya styrelsemedlemmar, i stället för dem som är i tur att avgå, väljs varje år på årsmötet.

Ordförande:	Annika Linder Airava
Första viceordförande:	Nina Tallberg
Andra viceordförande:	Elisabeth Stenman-Haltia
Ordinarie:	Nina Fabricius, Mariann Holmberg, Lotta Perander, Katja Salojärvi, Elisabeth Stenman-Haltia, Nina Tallberg, Monica Wikberg
Ersättare:	Annika Lindman, Bernadette Fougstedt, Carita Tuokila, Hannele Paulig, Nina Lindeman

REPRESENTANTER

I Marthaförbundet och andra närstående organisationer:

Finlands svenska Marthaförbund rf:s centralstyrelse

Annika Linder Airava, ordinarie, och Annika Knekt, ersättare

Delegationen för Helsingfors Svenska Bostadsstiftelse

Annika Knekt

Kvinnornas beredskapsförbunds lokalavdelning i Helsingfors

Kitty Schulman, ordinarie, och Katja Salojärvi, ersättare



Helsingforsmarthor på förbundets årsmöte i Vasa.



På marthabrunchen samlades 150 marthor för mat och gemenskap.

KANSLIET

Kansliet i Hemvrån på Simonsgatan 12 A 5 höll öppet måndagar kl. 10-15, tisdagar kl. 13-18 och onsdagar kl. 10-15. På kansliet jobbade Maria Rajalin som verksamhetsledare och Emilia Hytönen som tf informatör. Föreningens bokföring sköttes av Greenstep Oy och kapitalförvaltningen av Aktia och Evli fram tills mars 2024, efter det av OP och Evli. Som föreningens revisor fungerade Nexia Oy/Christer Antson och som verksamhetsgranskare Anna Ehrnrooth.

MÖTESLOKALERNA

Möteslokalen Hemvrån användes för kretsmöten, kurser och föreläsningar. Undervisningsköket Kokvrån på Stora Robertsgatan användes både för matlagning och kretsmöten. På grund av en fuktskada var Kokvrån stängd från och med 15.12. Möteslokalerna hyrs ut de dagar och kvällar som inget krets- eller föreningsprogram ordnas i dem.

KRETSARNA

I Helsingfors svenska Marthaförening fanns 35 st kretsar år 2024. En marthakrets är en grupp som träffas en gång i månaden och gör saker tillsammans kring något tema. I kretsen delas vardagskunskap, gemenskap och inspiration. Alla kretsar är öppna för nya medlemmar.

MEDLEMSSTATISTIK

Helsingfors svenska Marthaförening 31.12.2024

Totalt 1049 medlemmar

Under 20 år	6
20-30 år	32
31-40 år	111
41-50 år	244
51-65 år	273
Över 65 år	383

Medlemmar totalt 1049

Varav kvinnor: 1036

Varav män: 13

Nya medlemmar: 85

Medlemmar som avgått: 60

FÖRENINGENS VERKSAMHET

Vi har ett aktivt och mångsidigt år bakom oss. Vår målsättning var att ordna kvalitativt, mångsidigt och inspirerande program som både omspanner kunskapsdelning och gemenskap. Konceptet med Afterwork fick en fortsättning och under året ordnade vi fyra AW:n med olika teman: beredskap, cirkulär ekonomi, hållbar floristik och matminnen. Vi ordnade även praktiska kurser i form av en klädfixarkväll och fiskkurs. Under årets storeevenemang, martha-brunchen, samlades 150 personer för att dela gemenskap kring brunchbordet.

En nyhet för år 2024 var medlemsfika för nyare medlemmar, som ordnas två gånger per år. Här får nya medlemmar - eller den som är nyfiken på föreningen - mötas över en fika för att ställa frågor och höra mera om vem vi är. En annan nyhet för året var Seniorlunchen, som ordnas i samarbete med HelsingforsMission. Seniorlunchen fokuserar på matminnen och gemenskap, och är till för den som ofta äter ensam. Ett omtyckt koncept som kommit för att stanna!

ORDINARIE VERKSAMHET

MARTHAYOGA

Marthayoga ordnades varje torsdag morgon kl. 8.30-9.30 i Hemvrån under ledning av Anna Nordling. Yogan är en yin yoga/djupstretching med lätt, mjuk uppvärmning och långa töjningar för att uppehålla eller förbättra ledrligheten, tänja musklerna, öka lugnet inombords och minska stressen. Marthayogan är öppen för alla föreningens medlemmar.

Marthayogan arrangeras i samarbete med SFV:s studiecentral.

LITTERATURCIRKELN: NOBELLER OCH NYHETER

Litteratursirkeln träffades den andra tisdagen i månaden i Hemvrån under ledning av litteraturvetaren Tove Fagerholm. Vårterminen inleddes i januari och höstterminen i september. Under året ordnades totalt 9 träffar.

Litteratursirkeln arrangeras i samarbete med SFV:s studiecentral.

ÖPPET HUS-HANDARBETE MED KRETSEN ELVAN

Varje onsdag har handarbetsintresserade möjlighet att träffas i Hemvrån för att virka, sticka och umgås. Egna handarbetsprojekt kan tas med eller så kan man delta i Helsingforsmarthornas välgörenhetsprojekt genom att sticka och virka till exempel babymössor, -sockor, -vantar och babyfiltar. 20 träffar ordnades på våren och 19 träffar på hösten.



Elvorna handarbetar, pratar och ser till att fira årets alla högtider.

PROGRAM & EVENEMANG

2024

JANUARI

30.1 AFTERWORK MED TEMAT BEREDSKAP

I slutet av januari trotsade närmare 40 Helsingforsmarthor kylan och möttes i Hemvrån för en Afterwork med temat beredskap. Kvällen började med mingel, bubbel och en bit mat för att sedan fortsätta med inspirerande talturer kring temat. Kitty Schulman delade konkreta tips på vad man kan göra för att förbättra sin beredskap och vara redo för olika störningar som kan uppkomma. Bernadette Fougstedt delade med sig av sina erfarenheter från en Nasta-beredskapsövning. Det var en givande och matnyttig kväll.



På årets första Afterwork talade Kitty Schulman om beredskap och hur vi kan bli bättre förberedda på eventuella undantagstillstånd som kan uppstå.

FEBRUARI

6.2 MEDLEMSFIKA

För första gången ordnade vi medlemsfika i Hemvrån för nya medlemmar. Målsättningen med medlemsfika är att den som är ny i föreningen ska ha ett lågtröskelforum där man får träffa andra nya och samtidigt ha möjlighet att ställa frågor. En trevlig kväll med trevliga diskussioner!

29.2 ÅRSMÖTE

På skottdagen den 29.2.2024 samlades 24 Helsingforsmarthor för att delta i föreningens årsmöte. Efter att ha avnjutit mat från Espresso Edge svingade årsmötesordförande Åsa Mattsson klubban och mötet öppnades. Annika Knekt avtackades efter 8 år i styrelsen. Janine "Nini" Smeds fick lilla guldmärket för sina insatser för föreningen och mångårigt ordförandeskap för Wellness. Det var en varm stämning i Hemvrån denna torsdagkväll.

MARS

19.3 KRETSTRÄFFAR

I mars ordnade vi två kretsträffar för kretsarnas kontaktpersoner. Det bjöds på ärtsoppa och citronpannacotta från Scola catering. Maria berättade vad som är aktuellt just nu och presenterade de förändringar som kommer gällande kretsarnas bokföring. Emilia berättade om kommunikationen och det fanns även tid för frågor och diskussion. Från kvällen uppstod även några konkreta samarbeten mellan olika kretsar.

APRIL

13.4 ODLINGSBRUNCH

En lördag i april samlades ett glatt gäng i Hemvrån för en odlingsbrunch. Sofia Grynngärds från Trädgårdsköket inspirerade oss och poängterade att alla kan odla, oavsett förutsättning. Hon gav konkreta tips för vad man kan odla inne, på balkongen och ute - några exempel var chili eller ingefära på fönsterbrädan och rädisor på balkongen.

Förutom prat om planter och frön fick vi även äta gott tillsammans. På brunchbordet fanns bland annat färskgröt med dadeltjinuski, lingon, nötter och granola som toppings från Puurola. Brunchen avslutades med ett fröbyte där frön så som bladgrönt, palsternackor, melon och blommor hittade nya hem. En fin och givande förmiddag med 40 personer på plats.

23.4 AFTERWORK: CIRKULÄR EKONOMI

20 marthor trotsade det snöigaa busvädret och möttes upp i Hemvrån för Afterwork. Den här gången var temat cirkulärt tänk med fokus på klädkonsumtion och den egna garderoben. Kvällens gäst var Tuuli Solhagen från Espoo Mending. Tuuli talade om ämnet med fokus på individen och hur vi alla kan tänka mera cirkulärt i vardagen. Det blev intressant fakta, ögonöppnande statistik och även en del praktiska tips.



Sofia Grynngärds inspirerade till odling på fönsterbrädan, balkongen och ute.



En lördag med goda vänner, brunch och nya odlingstips.



Fullt hus i Hemvrån.

MAJ

3-5.5 MARTHAFÖRBUNDETS ÅRSMÖTE I VASA

14 ivriga Helsingforsmarthor reste till Vasa den första helgen i maj för att delta i Marthaförbundets årsmöte. Förutom själva årsmötet fanns det tid för gemenskap och marthamingel, och det var härligt att få komma samman med 250 andra marthor från hela Svenskfinland. På programmet fanns bland annat bingokväll, fantastisk underhållning av många lokala talanger och festmiddag. På söndagen gjordes ett besök till Strömsö i strålande sol och sedan var det dags att hoppa på tåget tillbaka till Helsingfors.

21.5 TRÄDGÅRDSKVÄLL I BRUNAKÄRR KOLONITRÄDGÅRD

Solens strålar värmdde och Brunakärr koloniträdgård kändes magisk denna ljuva majkväll, då närmare 50 odlingsintresserade samlades för trädgårdsinspiration. Under kvällen fick deltagarna ta del av infopuffar om teman så som permakultur och krukodling från trädgårdsexperter Nina Långstedt, Maja Ottelin och Leonna Aho-Ryhänen. Dessutom blev det plant- och fröbyte, besök till en av de äldre kolonistugorna på området, fika och härlig gemenskap.



Leonna Aho-Ryhänen berättar om krukodling på trädgårdskvällen i Brunakärr.



Glada Helsingforsmarthor som just anlänt till Vasa för att delta i Marthaförbundets årsmöte.

JUNI

12.6 SOMMARKALAS

Årets sommarkalas hade smartfisk som tema. Under tre timmars tid var det drop-in och så väl medlemmar som samarbetspartners deltog. Marthaförbundets rådgivare Sandra Mellberg höll två infopuffar om smartfisk och besökarna fick även se en utställning om en av de få kvinnliga yrkesfiskarna som finns i Finland.

Det bjöds på fiskläckerheter så som braxencheesecake och så klart även sommartårter. En grupp sångare från diskantkören Exaudio uppträdde. En härlig eftermiddag med sommarfika, mingel och folk i alla åldrar.

29.6 HELSINKI PRIDE

Det var nu för tredje gången som marthorna samlades i Hemvrån för ett gemensamt Pridemینگel för finsk- och svenskspråkiga marthor. Tillsammans tog man sig sedan till startplatsen på Senatstorget för att delta i Helsingfors Prideparad.

AUGUSTI

29.8 AFTERWORK: HÅLLBAR FLORISTIK

Blommor, bubbel och många härliga återseenden blev det i slutet av augusti då vi officiellt började höstterminen med en Afterwork. Kvällens gäst var Jenni Bergman från Studio Frö som pratade om hållbar floristik. Jenni delade med sig av ögonöppnande fakta om hur de blommor vi köper hem kan vara riktiga miljöbovar och skadliga för dem som hanterat blommorna under deras långa resa. Hon gav tips på vad man som konsument kan tänka på för att göra smarta val och kunna njuta av blommor. Vi fick även praktiska tips för att göra fina blomarrangemang som håller länge. För trakteringen ansvarade Mums by Sandra. Över 40 personer deltog.



Jenni Bergman från Studio Frö inspirerade oss i att tänka hållbart då det kommer till blommor.

SEPTEMBER

3.9 SVAMPUTFÄRD

En tisdag i september åkte 12 marthor till Sibbo för att plocka svamp under ledning av Marthaförbundets hushållsrådgivare Elisabeth Eriksson. Som tur hade det regnat några dagar tidigare och i skogen tittade både riskor, soppar och kremolor fram. Tre timmar gick snabbt i skogen och glada hoppade vi i bussen och åkte hem för att tillreda vår svamp.



Svampexperten Elisabeth "Lissu" Eriksson guidade oss i skogen och lärde oss hur vi ska känna igen svampar.

12.9 CENTRS MARTA PÅ BESÖK I HEMVRÅN

Iluta Lace, verksamhetsledare för Centrs Marta i Riga besökte Hemvrån och berättade för huvudstadsregionens marthor om vad som är aktuellt inom organisationen. På Centrs Marta får kvinnor som blivit utsatta för våld all hjälp på samma gång - så väl fysisk, juridisk, social och psykisk hjälp finns att få. Centrs Marta idag på tre olika ställen i Lettland. Nytt är arbetet i Ukraina med kvinnor och barn som har trauman från kriget. 10 deltagare på plats från Esbo, Grankulla och Helsingfors. Mycket berörande - Centrs Marta gör verkligen ett viktigt gräsrotsarbete för utsatta kvinnor.

SEPTEMBER

17.9 SENIORLUNCH

En nyhet för verksamheten i år var Seniorlunchen, som från och med september 2024 ordnades en gång i månaden. Helsingforsmarthorna Carina Rundlöf och Nina Martin kockar husmanskost och deltagarna får, förutom en näringsrik måltid, gemenskap kring matbordet. Seniorlunchen ordnas i samarbete med HelsingforsMission. I den första lunchen deltog 20 personer och stämningen var varm från första stund. Det bjöds på köttfärslimpa. Jasmin Kulla från HelsingforsMissionen spelade vackra melodier på piano när deltagarna anlände.

24.9 MEDLEMSFIKA

Höstens medlemsfika blev ett trevligt och avslappnat tillfälle, där nya medlemmar fick träffa andra nya och ställa frågor om föreningen.

24.9 LAPPA & LAGA

Symaskinerna plockades fram i Hemvrån då det var dags för klädfixarverkstad. Under ledning av ändringssömmerskan Tuuli Solhagen från Espoo Mending fick deltagarna hjälp med att lappa eller fixa om plagg. Kläder som hade fått hål lappades med olika tekniker och byxor som var för små eller för stora syddes om. Det blev även inspirerande diskussioner som gav nya idéer. Kvällen ordnades i samarbete med Natur och Miljö och var en del av programmet under den nationella hållbarhetsveckan.



Ändringssömmerskan Tuuli Solhagen från Espoo Mending handleder en deltagare på klädfixarverkstaden.

25.9 SMARTFISK MED SANDRA

Under hållbarhetsveckan ordnade vi även en fiskkurs med Marthaförbundets hushållsrådgivare Sandra Mellberg. I fokus var Östersjöfiskarna gädda, braxen, sutare och strömming. Deltagarna fick lära sig fiskhantering och sedan tillreddes läckerheter av dessa fiskar. Det blev bland annat dumplings fyllda med gädda och sutare, smaksatta med bland annat koriander och lime, som sedan serverades i en citrongräs-kokosbuljong.

OKTOBER

9.10 UTFÄRD TILL MALMGÅRD

30 Helsingforsmarthor åkte på Marthaförbundets matkulturdag, som ordnades 9.10 på Malmgård i östra Nyland. Årets tema var kulturspannmål och det blev en kväll fylld med både kunskap och god mat gjord på kulturspannmål.

Årets matkulturspristagare utsågs och det blev Kristina Creutz från Malmgård. Det var en mysig kväll och skönt att få vara inomhus då regnet vräkte ner där ute under hela utfärden.

OKTOBER

11-13.10 MARTHARETREAT PÅ LABBNÄS

För tredje året i rad ordnades en Martharetreat på Labbnäs semesterhem. I dagarna tre fick 14 Helsingforsmarthor njuta av härlig gemenskap, vila och skratt - allt detta i en underbar miljö.

Under lördagen fick vi ta del av en inspirerande verkstad i självreflekterande skrivande med författaren Maria Turtshchaninoff. Vi hann även med tétasting med Annika Knekt, bastu, promenad och stretching. Några ivriga tog morgondopp i Dragsfjärden, några njöt av egentid och många fina diskussioner, både djupa och mindre djupa, fördes. På vägen hem hann vi ännu med ett stopp på charmiga Svartå slott. En innehållsrik och härlig retreat som vi hoppas gav mycket inspiration till alla som deltog.

15.10 SENIORLUNCH

Den andra seniorlunchen hade över 20 deltagare på plats, både personer som varit med förra gången och nya personer hittade till Hemvrån denna tisdag. Det bjöds på fisksoppa med gös och andra inhemska fisksorter.



Käppgymnastik under ledning av Lotta Perander under retreaten.



Maria Turtshchaninoff höll en verkstad i reflekterande skrivande som innehöll flera praktiska övningar. Mycket givande!



Hilkka Olkinuora och Jeanette Björkvist, båda mottagare av Fredrika-priset, diskuterade medmänsklighet på Marthabrunchen.

NOVEMBER

9.11 MARTHABRUNCH

Kön ringlade lång utanför restaurang Sofia redan en halvtimme innan dörrarna öppnades till årets stora evenemang - Marthabrunchen. Temat för årets brunch var "medmänsklighet i vardagen" och vi fick lyssna till Hilkka Olkinuora och Jeanette Björkvist föra ett givande samtal om ämnet. Att det lär ska ha varit årets gråaste dag ute märkte man inte inne i Sofia, där de var ivriga diskussioner och mycket värme. 150 personer deltog i brunchen.



Nina Martin och Helena Mildh deltog på brunchen på restaurang Sofia.

NOVEMBER

19.11 SENIORLUNCH

Den tredje seniorlunchen hade närmare 30 deltagare. Det bjöds på kallops samt bärkräm till efterrätt. Ivriga diskussioner kring lunchbordet.

19.11 AFTERWORK: MATMINNEN

Årets sista Afterwork hade matminnen och matsvinn som tema. Kvällens gäst var mångsysslaren Thomas Lundin som nyligen debuterat som författare. Utifrån sin bok "Tjo, hopp och kärlek - om maten, mammorna och mig" delade Thomas med sig av sin matfilosofi och berättade om personerna som format den. Humor blandades med allvar och kvällen gav många tankeställare. Vi fick även avnjuta av kulturspannmål då Louise Merus lagat goda hösträtter. Närmare 50 personer var på plats.



Thomas Lundin pratade om matsvinn och matminnen med både humor och allvar.

DECEMBER

17.12 SENIORLUNCH

Under årets sista seniorlunch bjöds det på lutfisk, vitsås, potatis, morötter och ärtor. En härlig julstämning som förstärktes av Anna Weber-Länsmans pianospel och besök av ett luciatåg med barn från Tölö daghem.



Julstämning i Hemvrån med julsånger

14.12 JULBASAR

Julbasaren gick av stapeln en snöig lördag i december. Vi fick besök av Finlands Lucia 2024 och efter det öppnade försäljningen. Föreningens kretsar och medlemmar hade stått i och bakat, stickat och lagat produkter till försäljning - allt från julgranola till dadelkakor och sockor och örhängen fanns till salu. I caféet såldes marthasmörgåsar och lussebullar.

Intäkterna från årets julbasar gick oavkortat till Hope rf, Centrs Marta i Riga och Folkhälsans Luciansamling.



Finlands Lucia 2024 Daniela Owusu med tärnor besökte Hemvrån under julbasaren.

VÅRA KRETSAR 2024

Vid utgången av år 2024 hade föreningen 1049 medlemmar och 36 kretsar. En marthakrets är en grupp som träffas en gång i månaden och gör saker tillsammans kring något tema. Alla kretsarna hör till Helsingfors svenska Marthaförening. I kretsen får du vardagskunskap, gemenskap och inspiration. Alla kretsar är öppna för nya medlemmar. Man kan också höra till flera kretsar.

BRUTTORNA

Mötestid och -plats varierar
Ordförande: Anna Alenius
14 medlemmar, medelålder 52 år

I vår krets satsar vi på trevligt och kravlöst umgänge. God mat är ett viktigt inslag på alla våra träffar. Under året har vi bl.a. firat kvinnodagen, ordnat grekisk afton och bundit kransar inför lillajul. Våra medlemmar har också deltagit i föreningens öppna program, t.ex. Afterwork. Vi har även samarbetat med Havsfruarna och tillsammans fick vi prova på ansiktsyoga och "Dans för hälsa".

BUBBLORNA

Mötestid och -plats varierar
Ordförande: Melinda Holmén
20 medlemmar, medelålder 42 år

Vi ordnade en klädvårdskväll i samarbete med Arkivé Ateljé och lärde oss hur vi kan förlänga livet samt vårda våra kläder på bästa möjliga sätt.

BÖNORNA

Hemvrån, 2:a må i månaden kl. 18.00
Ordförande: Liisa Backas
28 medlemmar, medelålder 51 år

Under året 2024 har Bönorna haft varierande program med motion (skidningskurs och skogsyoga) och inspiration till hållbart ätande (info om svinnsmat och smarthfisk). Vi har lärt oss om vårblommor och kalligrafi och deltagit i vresrostalko på Blåbärslandet. Årets populäraste program var besöket till Alvar Aaltos ateljé.

CANDELA

Mötestid och -plats varierar
Ordförande: Marie Westerholm
11 medlemmar, medelålder 52 år

Varierande program som tidigare år, vi har deltagit i Konstens natt, gått promenader och lagat mat. Nytt för i år var att tillverka egna örtsalvor under kunnig ledning. Nästa år firar vi vårt 25:e verksamhetsår.

DAGSLÄNDORNA

Hemvrån, 2:a ti i månaden kl. 13.30
Ordförande: Carita Nordman
45 medlemmar, medelålder 69 år

Under år 2024 har vi bland annat haft jumpatimme i Hemvrån där vi fick lära oss övningar man väl kan göra hemma, vi använde t.ex. stora vattenflaskor som tyngder. Vi har besökt utställningar på Gyllenbergs, Didrichsens och HAM, varit på besök på Eira sjukhus med ögonläkare som berättade om ögonsjukdomar samt gått rundtur på Svenska Teatern med guidning av Joachim Thibblin.



Bönorna på skogsyoga i Noux med Daphne Jensen.

DELIDONNOR

Kokvrån, mötestid varierar
Ordförande: Nina Lindeman
8 medlemmar, medelålder 53 år

Under året har kretsen främst träffats på olika ställen för mat och prat. Årets större satsning var ett veckoslut i östra Nyland med naturstig i Strömfors och bastubad och övernattnig i Pernå.

DRUMSÖKRETSEN

Kokvrån, 2:a ons i månaden kl. 18.00
Ordförande: Gunilla Nykopp
30 medlemmar, medelålder 58 år

Våren 2024 hade vi fokus på Helsingfors. Vi var på en guidad tur på Helsingfors Stadsmuseum på Alexandersgatan och avnjöt five o'clock-tea på restaurang Kajaniemi. Sommarens höjdpunkt var vår återkommande picnic på Casinostranden och hösten avrundades med en gemensam baksession med Drumsös nya krets, Öns Marthor.

ELVAN

Hemvrån, varje onsdag kl. 11-13
Ordförande: Johanna Edelmann
28 medlemmar, medelålder 76 år

Elvan är en aktiv handarbetskrets med god anda. Vi träffas i Hemvrån varje onsdag kl 11-13 och virkar och stickar, för eget bruk eller till välgörande ändamål. Lagom till jul förde vi babyfiltar, kofter, mössor, sockor, vantar och bläckfiskar till babyavdelningarna på Jorv och Kvinnokliniken. Vi har också fortsatt med Mammakassarna till papperslösa nyblivna mammor.



Bruttorna och Havsfruarna ordnade en gemensam träff med temat "dans för hälsa".



Grytzi binder kransar av naturmaterial.

GRYTZI

Hemvrån, 2:a ti i månaden kl. 18.00
Ordförande: Joanna Danielsson
37 medlemmar, medelålder 54 år

Under året har Grytzi bland annat haft en inspirerande föreläsning om coaching av Alexandra Ohls och Camilla Vitzthum. Vi inledde hösten med vår traditionella picknick i Brunnsparken och mot slutet av hösten band vi dörrkransar på Verbena av växter som var plockade i naturen. Vi avslutade året med ett välgörenhetsmöte där vi samlade in understöd till Hope ry. Understöden bestod av julklappar till mindre bemedlade familjer i Finland. Julklapparna som vi samlade in var nya och opackade, så att föräldrarna själva kunde välja ut det som passar deras barn, packa in dem och på så sätt också känna sig delaktiga. Vi fick ihop ett bord fullt med hygien-produkter, leksaker, spel, kramdjur, sockor och presentkort som fördes till Hope ry. Vi är glada över att vår lilla marthakrets har gjort en insamling som kunde glädja så många.

HAVSFRUARNA

Degerö, mötestid varierar
Ordförande: Pamela Pöntinen
12 medlemmar, medelålder 53 år

Under 2024 har Havsfruarna haft fokus på välmående. Vi har träffats kring aktiviteter som ljudbad, vinterbad, teater, ansiktsyoga och "Dans för hälsa". Som välgörenhetsinsats bakade vi limpor till julbasaren.

INSPIREA

Hemvrån, 4:e to kl. 18

Ordförande: Monica Wikberg

18 medlemmar, medelålder 62 år

Under året har kretsen bl.a besökt Fazer Experience för konfektverkstad och guidad rundtur och besökt Kajsaniemi Botaniska trädgård med guidning. Vi har haft odlingskväll i Kokvrån, guidad rundvandring i Fiskehamnen bland konstverk, picnic på Fölisön, ljusstöpning, besökt Tove Jansson utställning på HAM samt bakat inför julbasaren.



Inspirera på guidad rundtur i Fiskehamnen.

INTERNATIONAL MARTHA

Kokvrån, tid varierar

Ordförande: Lillian Neo

9 medlemmar, medelålder 71 år, 2020

International Martha är en samling kvinnor och män från olika länder som träffas i Kokvrån på veckosluten och lagar mat på svenska, finska och engelska.

LADYMARTHA

23 medlemmar, medelålder 87 år

LadyMartha är Helsingforsmarthornas stolthet. Kretsen består av medlemmar som lagt ner sin krets på grund av hög ålder, men som vill fortsätta vara medlem i Helsingforsföreningen.

LIVSNJUTARNA

Kokvrån, mötestid varierar

Ordförande: Titti Myhrberg

18 medlemmar, medelålder 47 år

Under året har vi deltagit i gemensamt program såsom Marthabrunchen samt Afterwork-kvällar. På våren ordnade vi en färganalyskväll på Hemvrån.

MAGNIFICA MARTHOR

Hemvrån, 1:a må i månaden kl. 18.00

Ordförande: Carita Glasgow

15 medlemmar, medelålder 61 år

Magnifica Marthor är en liten krets som fokuserar på intressanta föredrag, guidade museibesök och social samvaro.

MAP - MAPPES

Hemvrån, 2:a tis i månaden kl. 18.30

Ordförande: Mariann Holmberg

26 medlemmar, medelålder 79 år

Vi har intressanta program med inslag av kultur, litteratur och aktuella frågor. Vardagsglädje, ny kunskap, stimulans i vardagen samt gemenskap, socialt välmående och trevlig samvaro är våra nyckelord.

MARTHAMICUS

Mötesplats- och tid varierar

Ordförande: Mariann Lassenius

12 medlemmar, medelålder 46 år

Detta år har vi haft kaffeprovning, promenerat, letat svamp och ätit ute på olika ställen. Året avslutades med en traditionell julfest.

MARTHARELLERNA

Hemvrån, 4:e må i månaden kl. 17.00

Ordförande: Ylva Selin

35 medlemmar, medelålder 80 år

Under året har vi fått besök av Kammarteatern och hört om medicinsk laserbehandling. Vi har varit på båtutfärd och besökt Konsthemmet Kirpilä. Populära program var också vin-och-ostafest och vår sedvanliga jullunch. I december skickade vi ett penningbidrag till Karavanen till Ukraina.

MAYA

Grankulla, mötestid varierar

Ordförande: Marianne Pentti

16 medlemmar, medelålder 57 år

Under det gångna året har kretsen träffats åtta gånger och tillsammans har vi bland annat fått lära oss olika sashikotekniker, bakat karelska piroger och bekantat oss med studiecirkelmateriel om klimakteriet.

PAMPASGÄNGET

Hemvrån, 1:a sön i månaden kl. 13.00

Ordförande: Charlotta Bäck

29 medlemmar, medelålder 42 år

Under året har Pampasgänget bl.a. besökt Sinebrychoffs hemmuseum, ordnat en klädvårdsträff samt en julmysträff där vi tillverkade bidrag till julbasaren.



Marthareller på kretsens jullunch i Hemvrån.

PANGBRUDARNA

Hemvrån, 2:a ons i månaden kl. 17.00

Ordförande: Solveig Rosenberg-Wikström

20 medlemmar, medelålder 77 år

I år har vi lärt oss om beredskap, besökt Folktinget och kockat tillsammans i Kokvrån. Vi har också besökt Kajsaniemiparken och det nyrenoverade kaféet Helmi. Smartorna inbjöd oss till artrosföreläsning, vilket är aktuellt för flertalet av oss. Vi har gästade två av Pangbrudarna hemma, guidats på Bildkonstmuseet och dansat ringdans på vår egen julfest i Hemvrån. Flitigt har flera medlemmar deltagit i föreningens evenemang: Trädgårdskvällen i Brunakärr, hållbar utveckling genom att lappa och laga, återvinna och konsumera hållbart. Besök på Malmgård och föreningens brunch har också lockat ut oss.

PLUSMARTHORNA

Hemvrån, 3:e ons i månaden kl. 18.00

Ordförande: Lisbeth Ahjopalo

41 medlemmar, medelålder 75 år

I medeltal 13 aktiva Plusmarthor per gång deltar i våra träffar och vi går på museer och konstutställningar. Ibland blir det någon teaterpjäs och vi lagar mat en gång eller två. I år har vår krets firat 20-årsjubileum med en fin resa till Åbo. Året avslutade vi med en mysig julfest på Hemvrån med god mat, sång och quiz. Alla var nöjda och glada.

PRALINERNA

Kokvrån, 3:e ti i månaden kl. 18.00

Ordförande: Maria "Maja" Lindholm

22 medlemmar, medelålder 48 år

Pralinerna träffas regelbundet och under året som gått har vi bl.a fått nya tips om smink och skönhet, lagat indisk mat och avnjutit afternoon tea på Ateneum. Utöver det har vi varit på guidad rundtur på Sveaborg och på promenad på Rönnskär. Året avslutades med julpyssel i kokvrån.

PRIMA

Kokvrån, 2:e to i månaden kl. 18.00
Ordförande: Nicolina Zilliacus-Korsström
60 medlemmar, medelålder 63 år

Kretsen Prima fyllde 30 år i år. Detta firades med stor fest i november. Under året har kretsen också besökt Fazer, gått på guidning i Helsingfors, babblat och druckit bubbel i Kokvrån, tagit del av livscoaching och lagat vegetarisk mat. I december bakade vi till Helsingforsmarthornas julbasar och hjälpte till med försäljningen.

SIMONE

Hemvrån, 4:e ons i månaden kl. 18.00
Ordförande: Matilda Anttila
49 medlemmar, medelålder 32 år

Under året har vi ordnat både större evenemang och mera lättsamma träffar. Vi ordnade en träff tillsammans med kretsen Solveig om ätbara växter, vi har också gjort vision boards, gått på fotopromenad och pysslat med band och rosetter. I slutet av året ordnade vi en inspirationskväll om en hållbar garderob tillsammans med Helsingfors svenska Marthaförening och Luckan. Tuuli Solhagen från Espoo Mending höll en föreläsning om cirkulärt mode och en workshop kring hur man lappar kläder. Årets välgörenhetsinsats var vårt traditionella julbak. Vi bakade dadelkakor, gjorde marmelad och granola som vi skänkte till föreningens julbasar.

SJU SYSTRAR

Mötesplats- och tid varierar
Ordförande: Martina Reinikainen
11 medlemmar, medelålder 50 år

Sju systrar samlades i januari för att planera verksamheten. Vi beslöt att träffas ca en gång per månad och att ha 1-2 ansvarspersoner per aktivitet. Under år 2024 samlades kretsen t.ex. på centrumbiblioteket Ode för att diskutera två aktuella böcker. Dessutom besökte vi muséet Chappe i Ekenäs och vi fick lära oss att göra blomsteruppsättningar av dahlior och andra trädgårdsblommor.



Simone på fotopromenad vid Anneberg.

SMARTORNA

Hemvrån, 3:e to i månaden kl. 16.00
Ordförande: Marie-Louise Tapper
30 medlemmar, medelålder 82 år

Under året har vi haft tre speciellt intressanta program. Annika Nordström informerade oss om banksvindel. Ortoped Esko Kaartinen föreläste om artros och proteser, ett tillfälle vi också bjudit in kretsen Pangbrudarna till. Den lyckade vårutfärden gick till Tavastehus och Tavastehus slott.

SOLVEIG

Kokvrån, 3:e ons kl. 17.30
Ordförande: Toni Rautakoski
15 medlemmar, medelålder 34 år, 2020

Under år 2024 har kretsen bl.a ordnat vinprovning, Vilda växter-kurs på Fölisön tillsammans med kretsen Simone, svamppromenad i Svarta backen, och matlagningskvällar med flera olika teman under året.

SUPERMARTHORNA

Gullvivan, Brändö, 2:a mån kl. 18.00
Ordförande: Nina Henriksen
26 medlemmar, medelålder 77 år

Kretsen har under året ordnat föreläsningar med Elisabeth Sandelin, Bitte Westerlund samt Caroline Segercrantz från Röda Korset. Kretsen såg föreställningen Bebbes bästa med Trio Flamme på Nordhuset och musikalen Matilda på Svenska Teatern. Vårutflykten gick till Sveaborg och hösten inleddes med besök på Kajsaniemi botaniska trädgård och Cajsan Helmi. Vi har gett penningbidrag till Folkhälsans Lucia-insamling.

TJEJLIGAN

Mötestid- och plats varierar

Ordförande: Linda Gröndahl

12 medlemmar, medelålder 42 år

"Tjejligan" har kultur (museum, teater, konsert) och allmän samvaro mellan tjejkompisar som teman för våra träffar. Under året 2024 har kretsen bland annat varit på bio, konsert och haft två matträffar (Marthabrunchen i november samt kräftis i september)

TRAKTÖRERNA

Kokvrån, 1:a lö i månaden

Ordförande: Sabina Brunou

14 medlemmar, medelålder 53 år, 2020

Traktörerna är ett matlag där hela familjen deltar i träffarna.

TRETTIO PLUS

Kokvrån, 1:a to i månaden kl. 18.00

Ordförande: Ida Sulin

11 medlemmar, medelålder 50 år

Vi har under året träffats en gång i månaden, vanligtvis den första torsdagen. Vi har ordnat ungefär hälften av träffarna i Hemvrån och vi har även ordnat en gemensam vårutfärd för kretsens medlemmar.



Wellness på fågelexkurs i maj 2024.



Prima lärde sig om hur man kan använda sashikoteknik för att lappa kläder.

ULRIKAKRETSEN

Kokvrån, 1:a ti i månaden kl. 18.00

Ordförande: Cecilia Eriksson

8 medlemmar, medelålder 61 år

Under verksamhetsåret har vi lagat god mat tillsammans en gång i månaden i Kokvrån. Vi har haft surdegsskola och fått goda tips om hur man lyckas med sitt surdegsbröd.

WELLNESS

Hemvrån, 1:a ons i månaden kl. 18.00

Ordförande: Janine "Nini" Smeds

75 medlemmar, medelålder 71 år

Kretsen har under året bland annat ordnat muskelstyrketräning, fågelexcursion, linedance och konsertbesök. Völgörehetsinsatserna gick till Centrs Marta och HelsingforsMissionen.

ÖNS MARTHOR

Mötesplats- och tid varierar

Ordförande: Daniela Kaskivirta

16 medlemmar, medelålder 39 år

Vår krets Öns Marthor startade sin verksamhet hösten 2024. För tillfället är vi 16 medlemmar i kretsen. Vi har hunnit med en diskussionskväll och en intressant föreläsning om tung- och ansikstanalys och holistisk hälsa. Årets sista träff var en gemensam träff med den andra Drumsökretsen i Kokvrån där vi lagade sylt inför den årliga julbasaren.

Kretsar som har haft paus 2024:

- M-klubben
- Marthannat
- Spice

MÅLSÄTTNINGAR FÖR 2024

Hur har det gått?

EVENEMANG

MÅL 2024

"Föreningen ordnar kvalitativt och inspirerande program, som omspanner både kunskapsdelning och gemenskap."

Föreningen ordnade 25 evenemang under år 2024. Teman som tangerades var beredskap, cirkulärt tänk och matminnen. Vi hade en serie med tre evenemang som berörde odling, trädgård och blommor.

Föreningens traditionsenliga brunch lockade 150 marthor med temat en medmänsklig vardag. Nytt för året var den månatliga seniorlunchen som körde igång i september och medlemsfika för nya medlemmar.

Totalt hade vi ca
990 deltagare
på våra evenemang

Vi anlätade
17 experter
inom olika
områden
som föreläsare

KRETSARNA

MÅL 2024

"En aktiv kretsverksamhet och fortsatt utveckling av kretsarnas profiler så att nya medlemmar och allmänna marthor enkelt hittar fram till lämplig krets. Olika kretsprojekt uppmuntras."

Under år 2024 ordnades flera kretsöverskridande träffar tillsammans med en annan krets. För detta kunde kretsarna ansöka om "tillsammanspeng". Kretsarna diskuterade också flitigt hur man kan göra för att få verksamheten att bli smidigare och inte så betungande för några få personer.

Kretsen Pampasgänget fortsatte Marthamomma-projektet i samarbete med föreningen. Projektets syfte är att öka gemenskapen mellan generationer.

**Totalt delades 11 990 €
ut till kretsarna:**

- 29 kretsbidrag
- 2 jubileumsbidrag
- 1 startbidrag
- 4 tillsammanspeng

SAMHÄLLSNYTTA

MÅL 2024

"Föreningen hjälper till i närsamhället, satsar på att skapa nätverk med andra aktörer i huvudstadsregionen. Föreningen delar information om hjälpinsatser och beredskapsfrågor."

Under året producerade vår handarbetskrets Elvan olika handarbeten som delades ut till församling, sjukhus samt Project Liv. Elvan samlade även ihop så kallade mammakassar för papperslösa.

I december ordnades en julbasar i Hemvrån vars intäkter donerades till Hope rf, Centrs Marta i Riga samt Folkhälsans Luciansamling. Föreningen betalade även in en summa istället för julkort. Totalt blev summan 2800 €.

Vi deltog även i Kran rf:s klädsamling för bostadslösa. Seniorluncherna, som ordnades en gång i månaden under hösten, är en möjlighet för måltider tillsammans.

Under år 2024 har Elvan producerat:

75 st	babyfilar
303 st	babymössor, -vantar, -sockor och -koftor
105 st	bläckfiskar för prematurer
37 st	ambulanshundar till Project Liv

samt packat 23 st mammakassar för papperslösa.

Elvorna producerade också sockor och andra handarbeten till föreningens julbasar.

KOMMUNIKATION

MÅL 2024

"Serier på sociala medier och högre interaktion med följare"

Under år 2024 fortsatte vi med att arbeta med serier på sociala medier (Instagram) samt med att anpassa kommunikationen enligt målgrupper. Vi fick en ökning i engagemang och interaktion på sociala medier, främst då det gäller att spara och dela inlägg.

Förutom sociala medier är våra främsta kommunikationskanaler medlemsbrev per e-post och hemsidan. Hemsidans besök ökade med 22 % från 2023 (11530 besök år 2023 och 14104 besök år 2024).



14104 besök
på hemsidan



1328 följare
på Instagram



1247 följare
på Facebook

Under år 2024 sände vi:

- 14 medlemsbrev per e-post
- 9 utskick till kretsarnas kontaktpersoner
- 3 brev till medlemmar utan e-post

EKONOMI

MÅL 2024

"Transparens och struktur"

Under år 2024 skedde ett byte av kapitalförvaltare, en lång process som kom till sitt slut. Styrelsens ekonomigrupp har jobbat aktivt tillsammans med verksamhetsledare. Verksamhetsledare har regelbunden kontakt med föreningens kapitalförvaltare. Under året skedde en sammanslagning av tre av föreningens oberoende mindre fonder - Vivan Juthas fond, Birgit Ekbergs fond och Mors minne.

ORGANISATION

MÅL 2024

"Tydliga riktlinjer"

Styrelsen utvecklade sitt arbete med arbetsgrupper och arbetade i mindre grupper gällande medlemskap, kommunikation, ekonomi, evenemang samt Kokvrån mellan styrelsemötena. En utvecklingsdag ordnades på hösten för styrelsen i samarbete med SFV.

Under hösten 2024 gjordes en kretshandbok med målsättningen att fungera som stöd för så väl nya som existerande kretsar.

RESURSER

MÅL 2024

"Resurserna är ändamålsenligt planerade"

Under året har vi minskat användningen av köptjänster. Verksamhetsledaren har från och med april gått upp i arbetstid till 100% från tidigare 80 %. Föreningen har haft möjlighet att dela ut stipendier till medlemmarna och kretsbidrag till kretsarna.

PROJEKT

Bokstipendier

Böckerna "Marthas kokbok" och "Marthas vardagstips" delades ut till alla grundskolor och andra stadiets svenskspråkiga skolor i Helsingfors, totalt 12 st.

Afterwork

Konceptet afterwork har varit omtyckt och lyckat. Under år 2024 ordnades fyra kvällar med olika teman. Afterworken börjar med en bit mat följt av en taltur om temat samt diskussion.

Medlemsfika

Ett nyhet för år 2024 var medlemsfika, som ordnades två gånger. Ett lågtröskelforum för nya medlemmar och personer som är intresserade av att veta mer om föreningen.

UTDELADE UTMÄRKELSER

Stora Silvermärket

Yvonne Heinilä
Supermarthorna

Siv Rantanen
Supermarthorna

Lilla Guldmärket

Janine Smeds
Wellness, Dagsländorna,
Plusmartha

Birgitta Möller
Pangbrudarna

Nina Fabricius
Prima

AVLIDNA MEDLEMMAR

Asta Carlsson
Gun-Britt Dannberg
Joan Granskog
Greta Helenius

Carita Jansson
Sara Johansson
Barbro Kiviniemi
Anna Kock

Brita Lindström
Gunhild Reponen
Cecile Sahlberg
Berit Streng

BEVILJADE STIPENDIER

Labbnäs semesterhem

20 stipendier för 1-3 dygns vistelse

Finlands svenska Marthaförbund

10 stipendier för deltagande i förbundets årsmöte

UNDER 2024 HAR FÖRENINGEN UNDERSTÖTT FÖLJANDE ORGANISATIONER

Centrs Marta, Marthornas systerorganisation i Riga

Hope rf

Folkhälsans Luciainsamling

FOTO:
Marie Lillhannus
Emilia Hytönen
Maria Rajalin
samt kretsarna



Från vänster: Monica Wikberg, Nina Fabricius, Lotta Perander, Nina Lindeman, Katja Salojärvi, Annika Linder Airava, Bernadette Fougstedt, Nina Tallberg. Från bilden saknas Mariann Holmberg, Annika Lindeman Hannele Paulig, Elisabeth Stenman-Haltia, Carita Tuokila.

Varmt tack

till alla som understött verksamheten och gjort det möjligt för oss att genomföra ett gott arbetsår. Ett stort tack vill vi också rikta till våra marthamedlemmar som bidragit med många fina gärningar under året som gått och som hela tiden jobbar för att vår förening hålls relevant och levande.

Helsingfors, januari 2025

Styrelsen

Bokslut 1.1.2024 - 31.12.2024

Helsingfors svenska Marthaförening r.f.

Resultaträkning

	1.1.2024- 31.12.2024	1.1.2023- 31.12.2023
ORDINARIE VERKSAMHET		
Intäkter	244 149,20	224 068,77
Kostnader		
Personalkostnader	-108 413,86	-98 248,38
Avskrivningar	-1 989,06	-2 652,09
Övriga kostnader	-162 298,17	-165 323,19
Överskott/Underskott	-28 551,89	-42 154,89
MEDELANSKAFFNING		
Intäkter	26 761,32	30 383,32
Överskott/Underskott	26 761,3	30 383,32
PLACERINGS- OCH FINANSIERINGSVERKSAMHET		
Intäkter	411 587,28	261 864,87
Kostnader	-99 162,15	-102 422,28
Överskott/Underskott	312 425,13	159 442,59
ÖVERFÖRING AV MEDEL		
Bundna fonder		
Självtäckande fonder ökning (minskning)	-89 229,31	-31 711,92
Räkenskapsperiodens resultat	221 405,25	115 959,10
Räkenskapsperiodens överskott/underskott	221 405,25	115 959,10

Balansräkning

31.12.2024

31.12.2023

AKTIVA

BESTÅENDE AKTIVA

Materiella tillgångar

Maskiner och inventarier

5 967,19

7 956,25

Materiella tillgångar totalt

5 967,19

7 956,25

Placeringar

Aktier och andelar

1 793 933,25

1 581 325,60

BESTÅENDE AKTIVA TOTALT

1 799 900,44

1 589 281,85

MEDEL I SJÄLVTÄCKANDE FONDER

Placeringar

1 624 165,80

1 540 452,12

Fordringar

1 297,32

597,45

RÖRLIGA AKTIVA

Omsättningstillgångar

Varor

0,00

0,00

Omsättningstillgångar totalt

0,00

0,00

Kortfristiga fordringar

Kundfordringar

595,00

995,00

Interna fordringar

30 427,32

35 230,68

Övriga kortfristiga fordringar

00,00

918,80

Aktiva resultatregleringar

190,49

1 339,37

Kortfristiga fordringar totalt

31 212,81

38 483,85

Kassa och bank

109 817,91

88 383,00

RÖRLIGA AKTIVA TOTALT

141 030,72

126 866,85

Aktiva totalt

3 566 394,28

3 257 198,27

PASSIVA

EGET KAPITAL

Fonder

669 603,80

669 603,80

Bundna fonder

Självfinansierande fonder

1 625 669,59

1 541 243,64

Övriga bundna fonder

0,00

6 102,89

Överskott från tidigare räkenskapsperioder

1 003 980,78

881 918,79

Räkenskapsperiodens överskott

221 405,25

115 959,10

EGET KAPITAL TOTALT

3 520 659,42

3 214 828,22

FRÄMMANDE KAPITAL

Kortfristigt främmande kapital

Erhållna förskott

3 167,33

1 317,83

Leverantörsskulder

7 310,19

10 506,08

Övriga kortfristiga skulder

18 723,61

18 769,45

Passiva resultatregleringar

16 533,73

11 776,69

Kortfr.främmande kapital totalt

45 734,86

42 370,05

FRÄMMANDE KAPITAL TOTALT

45 734,86

42 370,05

Passiva totalt

3 566 394,28

3 257 198,27

HELSINGFORS SVENSKA MARTHAFÖRENING R.F.

Kansli och möteslokal, Hemvrån
Simonsgatan 12 A 5, 00100 Helsingfors

Undervisningskök, Kokvrån
Stora Robertsgatan 43, 00120 Helsingfors

Tfn: 040 731 2791
E-post: kansliet@helsingforsmartha.fi

www.helsingforsmartha.fi



**HELSINGFORS SVENSKA
MARTHAFÖRENING**